**PRINCIPAIS FATORES DE RISCO ASSOCIADOS À SÍNDROME DE *BURNOUT* NOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE**

Chaves, Jennifer Santos¹

Correia, Eriselma Alves2

Santos, Carlos Alberto Feitosa Dos3

Alves, Ana Paula da Penha4

Bohnenberger, Gustavo5

Vieira, Viviane Santos6

Diniz, Adriane Nunes7

Lima, Arieche Kitiane Silva8

Zanoni, Rodrigo Daniel9

**RESUMO:** Conceitua-se o estresse como uma reação do indivíduo na tentativa de fugir e reequilibra-se emocionalmente diante o estímulo de um agente estressor, sendo esses agentes originários de ambientes externos, ameaças à integridade do sujeito ou emocionais, na qual emitem uma interferência no equilíbrio homeostático e ocasionam um esforço adaptativo de ordem física e psicológica. Portanto, este trabalho tem por objetivo identificar quais os principais fatores de risco associados à Síndrome de *Burnout* em profissionais da saúde. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com abordagem qualitativa. O levantamento bibliográfico ocorreu no período de julho de 2023, fundamentada nos artigos científicos selecionados nas seguintes bases de dados: MEDLINE, LILACS, IBECS, BDENF, através do acervo bibliográfico disponível na BVS. A busca dos estudos foi conduzida utilizarando os seguintes descritores indexados no DeCS/MeSH: “Síndrome de Burnout” e “Fatores de Risco”, com auxílio do operador booleano “*AND*”. Foram incluídos artigos completos, em inglês, português e espanhol, delimitando-se o período de 2018 a 2022, objetivando abarcar amostras mais atualizadas sobre a temática. Critérios de exclusão são artigos pagos ou duplicados, fora do recorte temporal ou fora da temática da pesquisa. Conforme a utilização das estratégias de busca, obteve-se 127 artigos totais, após a aplicação dos critérios de elegibilidade e exclusão, 4 estudos que atendiam o objetivo proposto para compor a revisão. Os fatores de risco associados ao desenvolvimento da síndrome de *burnout* permeiam as políticas de trabalho e infraestrutura ofertada nos ambientes laborais, dentre eles a sobrecarga de trabalho, desvalorização profissional e equilíbrio da vida profissional e social tiveram impactos mais incisivos, sendo mais evidente a recorrência diante a pandemia de Covid-19. Dando essa evidência, apresenta-se a necessidade da investigação do estado psíquico e orgânico dos trabalhadores no ambiente de trabalho, políticas que promovam bem-estar e a autorregulação emocional dos indivíduos.

**Palavras-Chave:** Saúde Mental; Saúde do Trabalhador; Síndrome de *Burnout*.

**E-mail do autor principal:** [jenniferchavespsi@gmai.com](mailto:jenniferchavespsi@gmai.com)

**1. INTRODUÇÃO**

Conceitua-se o estresse como uma reação do indivíduo na tentativa de fugir e reequilibra-se emocionalmente diante o estímulo de um agente estressor, sendo esses agentes originários de ambientes externos, ameaças à integridade do sujeito ou emocionais, na qual emitem uma interferência no equilíbrio homeostático e ocasionam um esforço adaptativo de ordem física e psicológica (JARRUCHE e MUCCI, 2021). Nesse cenário, o estresse ocupacional possui como característica própria o seu desenvolvimento no ambiente laboral, emergido quando o profissional é incapaz de agir sobre o agente estressor e o mecanismo adaptativo é rompido, prolongando os sintomas de estresse e se deteriorando.

A Síndrome de *Burnout* (SD), nesse contexto, define-se como a despersonificação, redução da realização pessoal e exaustão emocional como resposta ao estresse crônico, interferindo na sua qualidade de vida e identificado comumente em profissionais que atuam diretamente com pessoas (BORGES *et al.*, 2021). Almeida *et al.* (2021) ressalta que no ambiente de atendimento em saúde, a relevância em abordar o desenvolvimento da SD para além da saúde do trabalhador, tem como pressuposto o desgaste físico e mental do profissional em saúde sendo infligida sobre os cuidados ao paciente, assim como fatores que proporcionam o desenvolvimento de outras doenças. Portanto, este trabalho tem por objetivo identificar quais os principais fatores de risco associados à Síndrome de *Burnout* em profissionais da saúde.

**2. MATERIAIS E MÉTODOS**

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com abordagem qualitativa. O levantamento bibliográfico ocorreu no período de julho de 2023, fundamentada nos artigos científicos selecionados nas seguintes bases de dados: *Medical Literature Analysis and Retrievel System Online* (MEDLINE), *Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde* (LILACS), Í*ndice Bibliográfico Espãnol em Ciencias de la Saúde* (IBECS), Banco de Dados de Enfermagem (BDENF), através do acervo bibliográfico disponível na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS). A busca dos estudos foi conduzida a partir da seguinte pergunta norteadora: "Quais fatores de risco associados ao desenvolvimento da síndrome de burnout nos profissionais de saúde?". Para realização da busca de estudos utilizaram-se os seguintes descritores indexados no DeCS/MeSH: “Síndrome de Burnout” e “Fatores de Risco”, com auxílio do operador booleano “*AND*”.

Foram incluídos artigos completos, em inglês, português e espanhol, delimitando-se o período de 2018 a 2022, objetivando abarcar amostras mais atualizadas sobre a temática. Critérios de exclusão são artigos pagos ou duplicados, fora do recorte temporal ou fora da temática da pesquisa. Conforme a utilização das estratégias de busca, obteve-se 12 artigos na MEDLINE, 21 estudos na BDENF, 66 amostras na LILACS e 28 artigos na IBECS. Após a aplicação dos critérios de elegibilidade e exclusão, 51 artigos apresentaram-se desatualizados, 28 artigos apresentaram-se fora do tema, 44 artigos estavam incompletos, resultando 4 estudos que atendiam o objetivo proposto para compor a revisão.

**3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Conforme a análise dos estudos obtidos, os fatores de risco identificados como precursores ao desenvolvimento da síndrome de *burnout* (SD), relacionam-se ao cansaço profissional, caracterizado pelo cansaço ou estresse emocional em realizar as atividades laborais sintomatizado de forma física e/ou psicológica, e na realização pessoal, onde se atribui a valorização, satisfação e amor pelo trabalho (NASCIMENTO *et al.*, 2022).

A prevalência dos sintomas de SD também foi evidenciada durante o período de Covid-19 como fator de risco crescente, diante a carga horária exaustiva para atender as demandas nesse cenário, escassez de materiais básicos, falta de infraestrutura e preparo emocional para o enfrentamento e ameaça da Covid-19, indicando a importância da avaliação do estado afetivo, comportamental e mental dos profissionais de saúde durante e pós-pandemia (SOUSA *et al.*, 2022).

Fatores psicossociais evidenciados por Romero e Estuardo (2022) associam as altas demandas de trabalho, realização de funções externas a assistência direta, baixos salários, baixo reconhecimento, instabilidade no emprego e quadro de gestão humana insuficiente para realizar os atendimentos em saúde, como significantes fatores de risco no desenvolvimento do SD, assim como, na atuação direta e prolongada ao cuidado do paciente que enfrenta dor, sofrimento e morte, desencadeando manifestações emocionais de medo, angústia e depressão nos profissionais.

Em concordância, Seijas-Solano (2019) aponta os fatores de exposição psicossociais significantes abrangendo as condições e recursos de trabalho precário, insegurança, definição inadequada de competências, níveis de autonomia, estabilidade de emprego e fomentos para formação e crescimento profissional dentro da instituição de saúde, assim como, na combinação da vida profissional e social do indivíduo, dois ou mais empregos e trabalhos por turnos, visto que, possuem potencial de alteração física, mental e social no sujeito que afetam diretamente o desempenho no ambiente de trabalho.

Em maioria, os estudos que investigam os fatores de risco relacionados ao desenvolvimento do SD, apontam a necessidade da elaboração de estratégias que promovam o controle e a prevenção dessas fontes desencadeantes de estresse, partindo das instituições no fomento de ambientes de trabalhos mais saudáveis e dos trabalhadores na capacitação em identificar os fatores estressores e controlá-los.

**4. CONCLUSÃO**

Conclui-se, conforme as evidências científicas obtidas, que os fatores de risco associados ao desenvolvimento da síndrome de *burnout* permeiam as políticas de trabalho e infraestrutura ofertada nos ambientes laborais, dentre eles a sobrecarga de trabalho, desvalorização profissional e equilíbrio da vida profissional e social tiveram impactos mais incisivos, sendo mais evidente a recorrência diante a pandemia de Covid-19. Dando essa evidência, apresenta-se a necessidade da investigação do estado psíquico e orgânico dos trabalhadores no ambiente de trabalho, políticas que promovam bem-estar e a autorregulação emocional dos indivíduos.

**REFERÊNCIAS**

ALMEIDA, S.L.A.C. et al. Síndrome de Burnout em profissionais da saúde da linha de frente do COVID-19. **Brazilian Journal of Development**. v. 7, n. 7, p. 66360- 66371, 2021.

BORGES, F.E.S *et al.* Fatores de risco para síndrome de *burnout* em profissionais da saúde durante a pandemia de Covid-19. **Rev. Enferm. Atual**. v. 95, n. 33, p. 1-15, 2021.

JARRUCHE, L.T.;MUCCI, S. Síndrome de *burnout* em profissionais da saúde: revisão integrativa. **Rev. Bioética**. v. 29, n. 1, p. 162- 173, 2021.

NASCIMENTO, F.C.P. *et al*. Análise dos riscos da síndrome de burnout nos profissionais de atenção primária. **Rev Enferm Atual In Derme**. v. 96, n. 38, p. 1-11, 2022.

ROMERO, O.S.C.; ESTUARDO, R.U.H. A*ctores de riesgos psicosociales que insciden en el desarrollo del síndrome de burnout en profesionales de enfermería*. **Rev. de Ciencia de la salud**. v. 4, n. 2, p. 31-49, 2022.

SEIJAS-SOLANO, D.E. *Riesgos psicosociales, estrés laboral y síndrome burnout en trabajadores universitarios de una escuela de bioanálisis*. **Rev. Salud Pública**. v. 21, n. 1, p. 102-108, 2019.

SOUSA, D.S. *et al.* Fatores de risco relacionados à ocorrência da síndrome de *burnout* em profissionais de saúde que atuam em maternidades públicas durante a pandemia do Coronavírus. **Rev. de Ciências Médicas e Biológicas**. v. 21, n. 3, p. 535-540, 2022.